

MENUS '4 SAISONS' | DU 23 FÉVRIER 2026 AU 8 MARS 2026 |

Menu Castelnau prim - Déjeuner

Du 23 févr. au 01 mars

Du 02 mars au 08 mars

LUNDI

Coeurs de palmier vinaigrette
Taboulé **BIO**
Omelette **BIO** du chef
Poêlée provençale **BIO**
Polenta
Emmental **BIO**
Yaourt nature **BIO**
Ananas au sirop
Fruits **BIO** de saison

Velouté de légumes du chef
Saucisse de Lozère *
Purée aux 3 légumes
Petit Moulé Nature
Yaourt nature **BIO**
Compote pomme banane
Fruit

MARDI

Velouté de légumes du chef
Sauté d'Agneau au Curry (local)
Haricots verts persillés
Pâtes Farfalle et Râpé
Bûchette mélangée
Fromage blanc **BIO**
Compote de pommes
Fruit

Salade d'endives
Salade verte **BIO**
Sauté de veau à la crème
Choux braisés
Pâtes **BIO**
Petit suisse **BIO**
Tomme des Pyrénées
Crème à la vanille
Crème au chocolat
Betteraves en salade

MERCREDI

Celeri remoulade
Salade de pépinettes
Sauté de volaille LR sauce forestière
Choux fleurs persillés
Pommes de terre persillées
Gouda
Petit suisse **BIO** aromatisé
Flan chocolat
Fruits **BIO** de saison

Salade de blé à l'orientale
Nuggets végétal
Carottes **BIO** persillées
Purée de pommes de terre
Edam
Fromage blanc **BIO**
Compote pomme banane
Fruit

JEUDI

Carottes râpées **BIO** au citron
Chou Blanc Mayonnaise
Sauté de porc au jus
Purée de courges
P'tit cottenin nature
Yaourt nature **BIO**
Gâteau du chef au yaourt
Gâteau du chef aux pommes

Crêpe au fromage
Sauté de volaille aux 4 épice
Duo de haricots beurre et verts
Semoule **BIO**
Petit suisse **BIO** aromatisé
Vache picon
Cocktail de fruits
Fruits **BIO** de saison

VENREDI

Salade de pommes de terre
Salade de saison
Filet de colin sauce ciboulette
Brunoise de légumes
Semoule **BIO**
Vache picon
Yaourt nature **BIO**
Flan vanille nappé caramel

Carottes râpées **BIO**
Chou blanc **BIO** en salade
Calamars à la romaine et citron
Jardinière de légumes
Riz camarguais **BIO** à la tomate
Petit Moulé Nature
Yaourt nature
Gâteau du chef au yaourt
Gâteau du chef aux pépites de chocolat

RECETTE ANTI-GASPI

Un moyen de lutter contre le gaspillage alimentaire !

10M de tonnes d'aliments sont jetés par an. Pour limiter ce gaspillage, voici une idée de recette à faire chez vous :

CHIPS D'ÉPLUCHURES DE LÉGUMES



Ingrédients :

- Épluchures de légumes
- Huile d'olive
- Épices de votre choix : paprika, cumin, herbes, ail...
- Sel

Préparation :

- Rincer les épluchures
- Ajouter l'assaisonnement
- Ajouter un filet d'huile d'olive sur le tout
- Enfourner 15 min à 200°C

PLUS QU'À VOUS RÉGALER !



PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS